

BÉO PHÌ LÂY LAN TRONG BẠN BÈ

Cũng giống như virus, béo phì có thể lây từ người này sang người khác trong nhóm bạn. Nếu một người bạn của bạn bị béo phì, thì khả năng bạn bị phát tướng cũng tăng lên hơn 50%.

Nghiên cứu mới thực hiện tại Mỹ đã phân tích mạng lưới xã hội của hơn 12.000 người từ năm 1971 đến 2003. Các nhà nghiên cứu xác định ai là bạn của ai, ai là vợ chồng, anh em, hàng xóm, và cân nặng của mỗi người tại các thời điểm khác nhau trong vòng 3 thập kỷ.

Nhóm tìm thấy mọi người dễ dàng tăng cân nhất là khi một người bạn của họ trở nên béo phì. Khi đó, khả năng béo phì của họ tăng lên 57%. Không xảy ra hiện tượng gì khi hàng xóm tăng hoặc giảm cân. Thành viên trong gia đình ít có tác động hơn là bạn bè.

(Ảnh: faqs.org)

Đối với bạn bè, khoảng cách dường như không là trở ngại gì: ảnh hưởng của người bạn vẫn duy trì cho dù khi người ấy ở cách xa hàng km. Tác động tương tự cũng xảy ra với tình trạng giảm cân.

Tiến sĩ Nicholas Christakis, nhà vật lý học tại trường Y Harvard, cho biết một lý giải cho hiện tượng này đó là bạn bè tác động tới quan niệm về sự béo ở mỗi người. Khi một người bạn thân trở nên béo phì, thì hiện tượng này không còn đến mức xấu xí trong mắt người khác.

Điều này cũng lý giải vì sao người Mỹ ngày càng béo trong những năm gần đây - mỗi người béo lại kéo theo một vài người bạn khác béo theo. Trung bình, một người trở nên béo phì tăng 7,7 kg, người bạn của họ cũng kéo theo tăng thêm 2,3 kg.

Tiến sĩ Richard Suzman nghiên cứu hành vi tại Viện lão hoá quốc gia nhận định "đây là một trong những nghiên cứu thú vị nhất về xã hội học y khoa trong nhiều thập kỷ nay".

M.T.